

DOWN CAMINAR

Espacio único

En Ciudad Real, Down Caminar ha creado un espacio único para la inclusión y la creatividad con su tienda solidaria El Rincón de Caminar. Este proyecto impulsa el desarrollo personal y profesional de personas con síndrome de Down y otras discapacidades intelectuales, combinando el arte y la dedicación en cada producto que elaboran.

Página 9

ORETANIA CIUDAD REAL

Proyecto de inclusión

En este proyecto perseguimos oportunidades laborales para todas las Personas con Discapacidad, desarrollamos acciones de: mediación, información, asesoramiento, intermediación laboral, preselección de candidaturas, cooperación y formación. Pag. 14

CLM ACTIVA

Inclusión

En La Confederación Castilla-La Mancha Activa, se trabaja incansablemente para construir una sociedad más justa e inclusiva, defendiendo los Derechos de las Personas con Discapacidad y fomentando su participación en todos los aspectos de la vida. Con una visión integradora y colaborativa, la entidad aglutina asociaciones representativas de este colectivo, creando una red sólida que impulsa el cambio social en la región.

Página 19

ORETANIA C. REAL

Un Mundo Sin Muros

La Federación de Asociaciones de Personas con Discapacidad de la región, presenta la campaña de sensibilización "Un Mundo Sin Muros", una iniciativa que busca visibilizar las barreras que enfrentan las personas con discapacidad y promover la inclusión y la igualdad en todos los aspectos de la sociedad. Página 23

PATRONATO DE DISCAPACIDAD

Asociaciones

En nuestra sección especial de noticias de las asociaciones pertenecientes al Patronato Municipal de Personas con Discapacidad, tendremos noticias organizadas por el propio Patronato y Asociaciones como FEDES, VIVELA, Ciudad Accesible, Down Caminar, ORETANIA CR y CLM ACTIVA. Páginas 9 a 23

Oretania C.R. destaca los progresos de las Personas con Discapacidad en Igualdad de Oportunidades

Cada 3 de diciembre se celebra el Día Internacional de las Personas con Discapacidad, una fecha para reflexionar sobre los progresos y retos en la lucha por la igualdad de derechos. Este año, bajo el lema "Inclusión, Dignidad y Oportunidades", la Federación Oretania Ciudad Real pone en valor avances clave en tecnología, accesibilidad digital, políticas públicas y salud que están transformando vidas.

Tecnología y accesibilidad digital: Herramientas como la Inteligencia Artificial, prótesis avanzadas y lectores de pantalla ofrecen mayor autonomía, mientras que plataformas adaptadas con subtítulos automáticos y traducción a Lengua de Signos eliminan barreras comunicativas.

Legislación y empleo: Las políticas públicas, alineadas con la Convención de la ONU sobre Discapacidad, están promoviendo la inclusión laboral, con iniciativas locales en Ciudad Real que facilitan formación y recursos para garantizar igualdad de oportunidades.

Salud y rehabilitación: Avances en genética, medicina regenerativa y tecnologías como exoesqueletos están revolucionando la calidad de vida de personas con discapacidades físicas y sensoriales.



En el Día Internacional de las Personas con Discapacidad, Oretania Ciudad Real destaca los progresos hacia una sociedad más inclusiva y equitativa.

Desde Oretania Ciudad Real, destacan su orgullo por los logros conseguidos y su compromiso de seguir trabajando hacia una socie-

dad más inclusiva, equitativa y llena de oportunidades para todos.

Unidos, seguimos construyendo un mundo más jus-

to y humano, donde la inclusión no sea un ideal, sino una realidad palpable.

Página 16





Edición

Castilla-La Mancha ACTIVA
(CLM ACTIVA)

Dirección y Redacción

Claudia Corella Galán

Colaboradores

Eloy Sánchez de la Nieta; José Luis Poyatos, Cirila del Campo y Miguel Ángel Martín-Serrano.

Depósito Legal

CR-150-2018

Redacción y Administración

Polígono Industrial Sepes.
Calle Harineros, parcela 76.
Daimiel. CP: 13250.

Diseño, Maquetación, Impresión y Publicidad

Grupo Oretania
620 429 624
oretaniagabinete@gmail.com

Confederación Regional de Asociaciones de Personas con Discapacidad Física y/u Orgánicas de Castilla-La Mancha.

Polígono Industrial Sepes.
Calle Harineros, parcela 76.
CP: 13250 Daimiel- Ciudad Real

Teléfonos

926 855 450
926 854 847
926 854 928

Página web

<http://castillalamanchaactiva.es/>

Correo electrónico

redesclmactiva@gmail.com

Nota: La Redacción de 'CLM ACTIVA' no se hace responsable ni está de acuerdo necesariamente con las opiniones de sus colaboradores o con las respuestas que se dan en las entrevistas

Prohibida toda reproducción a efectos del Artículo 32, párrafo segundo, LPI.

Nota editorial

La Dana o Todo



**José Luis Poyatos /
VOCAL DE ORETANIA CIUDAD REAL**

La DANA ha pegado de forma muy extrema en diferentes poblaciones españolas, sobre todo en la comunidad valenciana, dejando a su paso devastación y muchas vidas bajo el agua y el barro. En medio de esta catástrofe y, como suele ser costumbre, el pueblo está poniendo lo mejor de sí mismo, miles de voluntarios colaborando para ayudar a quienes lo han perdido todo. La ayuda y colaboración para todo lo necesario se está palpando cada minuto con miles de gestos y una única referencia. También los medios de comunicación están redoblando esfuerzos para visibilizar la realidad de una gran tragedia por la que todo el país llora pero que, a la vez, une y solidariza.

Sin embargo, en medio de esta vorágine hay personas que pueden alzar su voz y otras que no la pueden gritar tan alto. Son las personas con discapacidad, sea esta de la naturaleza que sea, así como sus familias, acostumbradas a batallar con barreras frecuentes y que enfrentan ahora desafíos

multiplicados por la catástrofe. Por ello, transcurrido algo más de un mes, hemos de decir que, como en otras muchas crisis, son los grandes olvidados. Y este no es comentario gratuito sino con argumentos reales que se apoyan en experiencias que nos hacen confirmar que en situaciones de emergencia las necesidades de las personas con discapacidad suelen ser las de última prioridad.

Las noticias cuentan que la Dana que afectó a la provincia de Valencia el pasado 29 de Octubre ha impactado a un número superior a las 1600 personas con discapacidad, a más de 30 centros residenciales y a un número similar de centros especiales de empleo. En este tipo de situaciones, las necesidades específicas de las personas con discapacidad se vuelven prácticamente inalcanzables. La destrucción o inaccesibilidad de sus hogares y la pérdida de materiales y dispositivos de asistencia personal comprometen gravemente su autonomía y movilidad. A eso se le añade que la falta de acceso a su medicación esencial agrava las condiciones de salud de estas personas.

La mayoría de ellas llevan un tratamiento médico que es supervisado y controlado de forma periódica como su seguro de supervivencia, si estos accesos a medicamentos o a personal especializado se complica, el adecuado suministro deja de serlo y se interrumpen estos, las consecuencias pueden ser fatales. A este panorama se suma el desgaste emocional y físico, tanto propio como de los cuidadores. Además de las más de 1600 personas con discapacidad que vivían en las zonas afectadas, más de 30 centros residenciales han sido gravemente tocados y están inoperativos. Para intentar suplir estas y otras deficiencias se han instalado albergues temporales que cubren mínimamente las necesidades existentes. Estos espacios solucionan muy poco porque no suelen estar adaptados a las personas con movilidad reducida o discapacidades sensoriales, con lo cual se encuentran indefensas

Son miles las situaciones que aún hoy se viven como resultado de la catástrofe DANA. Hogares perdidos, inaccesibilidad, falta de materiales y dispositivos de vital importancia comprometen mucho más la autonomía y movilidad de mucha gente. La ayuda debe llegar de manera rápida y continuada; las personas han perdido todo, y cada segundo aviva la catástrofe, todavía más en colectivos de por sí más perjudicados.

La Dana ha evidenciado las vulnerabilidades existentes y ha resaltado la imperiosa necesidad de fortalecer los sistemas de apoyo y respuesta ante emergencias, especialmente para los colectivos más vulnerables. Desde esta modesta ventana de opinión pedimos que las tareas de reconstrucción recojan una especial perspectiva de inclusión y accesibilidad ante la gran afectación que ha tenido este fenómeno en las personas con discapacidad. Y alzamos nuestra voz con ellos para reclamar una reconstrucción inclusiva, que les vuelva a permitir tener una vida más o menos normalizada en la que puedan contar con sus ayudas técnicas y personal que necesitan para ello.

www.castillalamancha.es



Castilla-La Mancha

TU RADIO MÁS SOCIAL

CLM ACTIVA RADIO



DESCUBRE TUS PODCASTS FAVORITOS
EN NUESTRA RADIO ONLINE

[CASTILLALAMANCHAATIVA.ES](https://castillalamanchaactiva.es)

TAMBIÉN DISPONIBLE EN SPOTIFY E IVOOX

 @CLM_ACTIVIA
 @CLMACTIVA
 @CLMACTIVA
 @CLMACTIVA

CLM
ACTIVA



FRAN PETITT

La reciente **Depresión Aislada en Niveles Altos (DANA)** que golpeó la región de Valencia puso de manifiesto no sólo los efectos devastadores de los fenómenos meteorológicos extremos, sino también las graves dificultades que enfrentan las personas con discapacidad en estas situaciones. Este evento dejó a su paso inundaciones masivas, desbordamientos de ríos y daños significativos en viviendas e infraestructuras. Aunque fenómenos como la DANA son recurrentes en España, su intensidad y frecuencia se han incrementado debido al cambio climático y una urbanización que no siempre prioriza la prevención.

En este contexto, las personas con discapacidad sufren un impacto desproporcionado, derivado de barreras físicas, sociales y de comunicación que complican su acceso a recursos básicos, su evacuación y su recuperación tras el desastre.

Un desafío inclusivo en medio de la emergencia

La DANA inundó amplias áreas de Valencia, dejando cientos de hogares anegados y aislando a sus habitantes. Infraestructuras clave como carreteras, puentes y líneas de tren quedaron inutilizables, mientras que muchas zonas quedaron sin electricidad ni agua potable. Estas circunstancias afectaron particularmente a las personas con discapacidad, quienes a menudo dependen de dispositivos médicos, movilidad asistida o cuidadores.

Impacto de la DANA en las Personas con Discapacidad

Barreras agravadas en situaciones de emergencia

1. Accesibilidad limitada en refugios

Muchos centros de evacuación no cuentan con instalaciones adaptadas para personas con movilidad reducida, lo que dificulta su acceso y estancia en condiciones adecuadas.

2. Dependencia tecnológica

La falta de electricidad o la pérdida de equipos de asistencia, como sillas de ruedas o audífonos, agrava la vulnerabilidad de estas personas, quienes dependen de estos recursos para su autonomía y bienestar.

3. Deficiencias en la comunicación

La falta de información accesible en formatos como lenguaje de señas, audio o Braille deja a muchas personas sin acceso a las actualizaciones críticas sobre evacuaciones o medidas de seguridad.

4. Impacto emocional

La sensación de aislamiento, inseguridad e indefensión se intensifica en personas con discapacidad, quienes también pueden experimentar un mayor estrés emocional si sus cuidadores o familiares son afectados por la emergencia.

Hacia una respuesta inclusiva y efectiva

La experiencia de la DANA en Valencia resalta la necesidad de un enfoque integral e inclusivo para proteger a las personas con discapacidad durante emergencias. Algunas estrategias clave incluyen:

1. Refugios accesibles

Es esencial garantizar que los albergues cuenten con rampas, baños adaptados y espacios adecuados para equipos médicos.



2. Protocolos de comunicación inclusiva

La información debe estar disponible en formatos accesibles, como mensajes en Braille, subtítulos o videos con intérpretes en lenguaje de señas.

3. Capacitación de equipos de emergencia

Personal y voluntarios deben recibir formación para comprender y atender las necesidades específicas de las personas con discapacidad.

4. Planes personalizados

Los afectados y sus familias deben contar con planes de emergencia que incluyan rutas accesibles, contactos de apoyo y kits de emergencia adaptados.

5. Apoyo emocional post-desastre

El acceso a terapias y grupos de apoyo es vital para mitigar el impacto psicológico de estas experiencias traumáticas.

Preparación a largo plazo: construyendo resiliencia

A medida que los fenómenos como la DANA se vuelven más frecuentes, las políticas públicas deben priorizar la inclusión y la accesibilidad:

- **Diseño urbano inclusivo:** Infraestructuras que consideren las necesidades de las personas con discapacidad en situaciones de emergencia.

- **Infraestructura médica resiliente:** Garantizar el acceso a suministros médicos y servicios durante desastres.

- **Participación activa:** Incluir a las personas con discapacidad en la

¿Necesitas ayuda con tu asociación?

Coordinamos y fortalecemos tus esfuerzos.
No esperes más y contáctanos:



62105 95 93



planificación de gestión de riesgos y emergencias.

- **Educación comunitaria:** Campañas de sensibilización para fomentar la empatía y el apoyo hacia las personas más vulnerables.

Conclusión

La DANA en Valencia nos recordó la urgencia de adoptar medidas inclusivas para proteger a las personas con discapacidad en emergencias. Solo a través de una planificación integral que priorice la accesibilidad, la comunicación inclusiva y el apoyo personalizado podremos construir una sociedad más resiliente y equitativa ante los desafíos del cambio climático. La inclusión no es solo un derecho; es una responsabilidad compartida.



AMFISA culminó con éxito la Semana de la Discapacidad en Almagro

CLM Activa

Con entusiasmo y un programa cargado de actividades, la Asociación de Personas con Discapacidad Física y Psíquica de Almagro (AMFISA) celebró su tradicional Semana de la Discapacidad, que combinó cultura, convivencia y solidaridad, dejando un recuerdo imborrable en la comunidad.

Una noche de teatro que unió generaciones

El inicio de las celebraciones tuvo lugar el sábado, con una emotiva representación teatral a cargo del grupo Alpi Teatre, dirigido por Ricardo Molina. La obra, una adaptación del dramaturgo Alfredo Sanzol, transportó al público a los recuerdos de la infancia de nuestros padres y abuelos, enmarcados en los primeros años de la democracia en España.

Este grupo de teatro, que lleva cinco años consecutivos colaborando de forma altruista con AMFISA, volvió a emocionar al público local, reafirmando su compromiso no solo con el arte, sino también con la inclusión social. La recaudación del evento se destinó íntegramente a apoyar las actividades de la asociación, sumando un importante respaldo a su labor.

Comida de socios y momentos especiales con los mayores

El domingo, AMFISA celebró su tradicional comida anual, donde socios y socias disfrutaron de una paella en un ambiente lleno de música, risas y compañerismo. La actividad no solo fomenta la convivencia entre los miembros de la asociación, sino que también sirvió para celebrar el espíritu de comunidad que caracteriza a AMFISA. Castilla la Mancha Activa estuvo representada en el evento por personal que forma parte del Proyecto de Dinamización Asociativa.

El miércoles, las actividades giraron en torno a las personas mayores, un colectivo con el que AMFISA trabaja activamente a través de su Servicio de Promoción de la Autonomía Personal (SE-PAP). Durante la mañana, los participantes disfrutaron de talleres de memoria y fisioterapia, seguidos de unos deliciosos churros con chocolate que aportan energía para continuar el día.

Por la tarde, se llevó a cabo el Encuentro Intergeneracional junto a los residentes de la Residencia de Mayores



Campo de Calatrava. La jornada incluyó una merienda amena y juegos de bingo, reforzando los lazos entre generaciones y dejando momentos de alegría compartida entre los asistentes.

Un mercado navideño solidario para cerrar la semana

La Semana de la Discapacidad culminó con la celebración del Mercado Navideño Solidario, los días 6, 7 y 8 de diciembre en la Plaza Mayor de Almagro. En colaboración con la protectora Adop-ta Stop Abandono APASA, el mercado ofreció una amplia variedad de manualidades con temática navideña, realizadas por usuarios, socios y voluntarios de AMFISA.

Esta iniciativa no sólo permitió a los asistentes encontrar regalos únicos y originales, sino que también representó una oportunidad para colaborar con una buena causa, reforzando el espíritu solidario que caracteriza a la asociación y a la comunidad de Almagro.

AMFISA: una labor continua por la inclusión y el bienestar

Con una sólida trayectoria en Almagro, AMFISA trabaja para mejorar la calidad de vida de las personas con discapacidad física y psíquica, al tiempo que promueve la inclusión y la autonomía a través de actividades como talleres de fisioterapia, memoria y convivencias intergeneracionales.

Desde AMFISA expresaron su agradecimiento a todas las personas y entidades que participaron en esta Semana de la Discapacidad, destacando el éxito y la gran acogida que tuvieron todas las actividades. Esta semana no solo celebró la inclusión, sino que también fortaleció los valores de unión y solidaridad que definen a la ciudad de Almagro.

Para más información sobre las actividades de AMFISA, se puede visitar su página web: www.amfisa.org.

¡Gracias por hacer de esta Semana de la Discapacidad un éxito! Juntos, seguimos construyendo una sociedad más inclusiva y solidaria.

ALMAN Impulsa un Proyecto Innovador de Rehabilitación Física y Apoyo Psicológico para Afectados de Lupus en Albacete

CLM Activa

La Asociación de Lupus y Enfermedades Autoinmunes de Castilla-La Mancha (ALMAN) ha puesto en marcha el proyecto "Rehabilitación Física y Prevención Psicológica" en la provincia de Albacete, una iniciativa que busca mejorar la calidad de vida de las personas afectadas por lupus y otras enfermedades autoinmunes, así como de sus familiares. Este proyecto ha sido posible gracias a la financiación de la Diputación de Albacete, cuyo apoyo ha sido clave para llevar estos servicios a las localidades rurales más necesitadas.

El lupus, una enfermedad autoinmune crónica que no tiene cura, genera efectos físicos y emocionales que dificultan el desarrollo de una vida normal. Consciente de estas barreras, ALMAN ha diseñado este proyecto para ofrecer una atención integral que combine sesiones de rehabilitación física y terapias psicológicas.

El objetivo principal es mitigar los efectos del lupus en las actividades diarias y fomentar la autonomía de los beneficiarios. "Queremos que las personas puedan participar activamente en sus contextos sociales, laborales y de ocio", señala un portavoz de la asociación.

El proyecto contempla intervenciones psicológicas, tanto en formato grupal como individual, adaptadas a las necesidades específicas de cada persona. Estas sesiones serán realizadas por profesionales de la psicología con habilitación

clínica, utilizando sistemas de teleterapia en caso de no ser posible la presencialidad. Este enfoque online ha demostrado ser efectivo, logrando altos niveles de participación y acogida entre los usuarios.

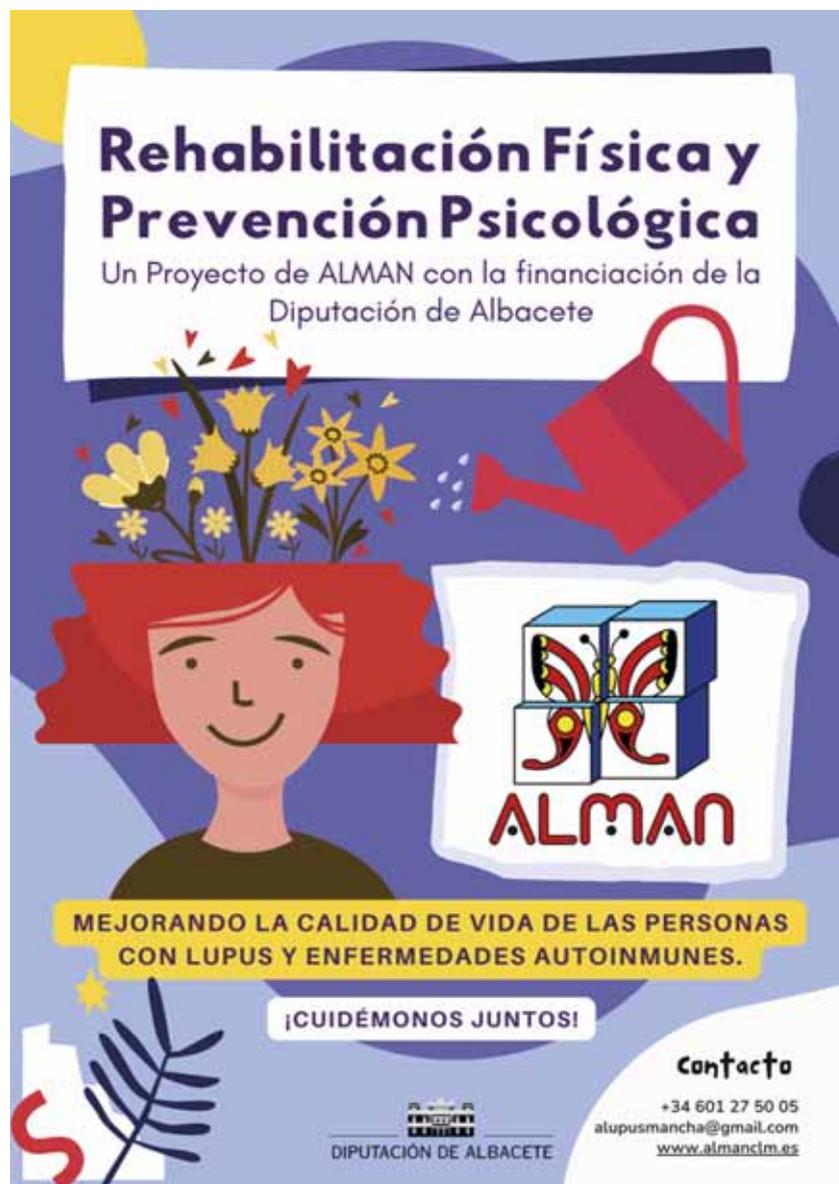
En cuanto a la rehabilitación física, ALMAN apuesta por un modelo flexible y adaptado, facilitando tratamientos en colaboración con fisioterapeutas locales. Esto permite a los beneficiarios recibir atención cerca de sus domicilios, optimizando recursos y fomentando una mayor adherencia a los tratamientos.

Un Reto en Zonas Rurales

La población beneficiaria del proyecto reside mayoritariamente en localidades rurales, donde el acceso a servicios especializados es limitado debido a la escasez de recursos públicos y las dificultades de transporte. Este contexto socioeconómico, que a menudo obliga a renunciar a tratamientos esenciales, refuerza la necesidad de iniciativas como esta. Gracias al respaldo de la Diputación de Albacete, ALMAN puede garantizar que ninguna persona afectada quede sin ayuda, proporcionando un sistema de apoyo accesible y adaptado a las circunstancias de cada individuo.

Un Compromiso que Trasciende Barreras

Desde su fundación en 2012, ALMAN ha trabajado incansablemente para visibilizar y apoyar a las personas con lupus y enfermedades autoinmunes. Además de la atención directa, la asociación



La financiación de la Diputación de Albacete hace posible este proyecto

ORTOPEDIA

Lda. María Castillo Sarmiento

María Castillo Sarmiento
 Telf. 92656233-604139333
 C/ Reina Cristina 71
 13610 Campo de Criptana
 Ciudad Real
 farmaciacastillosarmiento@gmail.com

se centra en sensibilizar a la sociedad, fomentar la investigación y colaborar con las administraciones públicas para mejorar los diagnósticos, tratamientos y la calidad de vida de los afectados.

"Nuestro trabajo tiene una especial perspectiva de género, ya que el lupus afecta mayoritariamente a mujeres, quienes sufren una doble discriminación por su condición de salud y su género", subrayan desde la entidad.

Este proyecto no solo es una respuesta a una necesidad urgente, sino también un ejemplo de cómo la inno-

vación social y el compromiso con la igualdad pueden transformar la vida de las personas.

La financiación de la Diputación de Albacete hace posible este proyecto y refuerza el compromiso conjunto de instituciones y entidades sociales para garantizar el bienestar de las personas más vulnerables.

Para más información sobre este y otros proyectos, ALMAN invita a contactar a través de su correo electrónico (alupusmancha@gmail.com) o el número de teléfono +34 601 27 50 05.

CLM Activa

El pasado 14 de diciembre, el Teatro Ayala de Daimiel se llenó de música, baile y solidaridad con el Festival Benéfico "Zarzelissima", un evento organizado por la Academia de Baile Amanecer junto a la asociación ADIFISS (Asociación de Discapacitados Físicos, Psíquicos y Sensoriales de Daimiel), y que contó con el respaldo del Excmo. Ayuntamiento de Daimiel, que facilitó el teatro para su realización. El acto fue presentado por Raúl Astillero Molina y logró congregarse a un público entusiasta y comprometido.

El festival ofreció dos horas de espectáculos variados que incluyeron bailes modernos, de salón y flamenco, ejecutados por artistas de todas las edades. Un momento especialmente emotivo fue la participación de bailarines con discapacidad, quienes demostraron que el arte y la danza son espacios inclusivos y llenos de oportunidades para todos.

La tarde no solo fue un deleite artístico, sino también un encuentro lleno de emociones, risas y aplausos. Los asistentes disfrutaron de una velada amena que combinó entretenimiento y solidaridad, logrando convertir el evento en un éxito rotundo.

La recaudación del festival se destinó íntegramente a ADIFISS, una asociación que trabaja incansablemente para mejorar la calidad de vida de las personas con discapacidad en Daimiel. A través de actividades y servicios, ADIFISS busca potenciar la ayuda mutua y fomentar el bienestar físico y social del colectivo, generando un impacto positivo en la comunidad.

El presidente de ADIFISS, Carlos De la Flor, expresó su gratitud hacia todas las personas que hicieron posible el evento. En su discurso, agradeció al Ayuntamiento, a la Concejalía de Cultura, y en especial a María Teresa, destacada bailarina y solidaria impulsora del festival, así como a todo el equipo de la Academia de Baile Amanecer por su esfuerzo y dedicación. "Fue una velada especial, llena de solidaridad y apoyo, que

Solidaridad y Arte con Éxito gracias al Festival Benéfico "Zarzelissima" en Daimiel



pudimos disfrutar en compañía de amigos y familiares", señaló De la Flor.

El éxito del Festival Benéfico "Zarzelissima" no solo reside en el talento desplegado sobre el escenario, sino también en su capacidad para unir a una comunidad en torno a un objetivo

común: apoyar a quienes más lo necesitan. Eventos como este demuestran que el arte y la solidaridad pueden ir de la mano para generar cambios significativos.

Para conocer más sobre la labor de ADIFISS y cómo colaborar con la aso-

ciación, se puede visitar su perfil de Instagram en @adifiss_.

El Festival "Zarzelissima" no solo quedará en la memoria como un evento artístico, sino como un acto que reafirma el compromiso de Daimiel con la inclusión y la solidaridad.

PROYECTO DE INCLUSIÓN SOCIO LABORAL

Pide tu cita:

☎ 673 59 81 14 / 691 36 12 43

✉ sil.empresas@oretaniaciudadreal.es

sil.usuarios@oretaniaciudadreal.es



Castilla-La Mancha



El Rincón de Caminar: Donde el arte y la inclusión se encuentran

CLM Activa

En Ciudad Real, Down Caminar ha creado un espacio único para la inclusión y la creatividad con su tienda solidaria El Rincón de Caminar. Este proyecto impulsa el desarrollo personal y profesional de personas con síndrome de Down y otras discapacidades intelectuales, combinando el arte y la dedicación en cada producto que elaboran.

Cada artículo en El Rincón de Caminar es una pieza única. Desde velas artesanales con fragancias evocadoras hasta bisutería personalizada y detalles para eventos especiales, los productos son un reflejo de talento, esfuerzo y pasión. Además, la tienda se adapta a las temporadas festivas con creaciones especiales para Navidad y otras celebraciones. Este proyecto no solo busca generar recursos, sino también promover la autonomía y habilidades laborales de sus participantes.

El proyecto forma parte del compromiso de Down Caminar Ciudad Real con la inclusión y la autonomía. La asociación ofrece servicios que abarcan desde la atención temprana hasta programas de integración sociolaboral, con el objetivo de garantizar una participación plena en la sociedad para las personas con discapacidad.

Cómo colaborar

Visitar la tienda en Avenida Rey Santo 3 o seguirlos en redes sociales no solo

permite descubrir productos exclusivos, sino también contribuir directamente al empoderamiento de estas personas. Con cada compra, apoyas un sueño hecho realidad, un paso hacia una sociedad más inclusiva y solidaria.

Para más información sobre sus programas y actividades, visita su sitio web oficial: www.downcaminar.org



CLM Activa

Oretania Ciudad Real, Federación Provincial de Asociaciones de Personas con Discapacidad Física y Orgánica de Ciudad Real, desarrollamos el Proyecto de Inclusión Socio Laboral, para personas con discapacidad el gracias a la financiación por parte de la Junta de Comunidades de Castilla-La Mancha, a través del Programa del IRPF.

En este proyecto perseguimos oportunidades laborales para todas las personas con discapacidad, desarrollamos acciones de: mediación, información, asesoramiento, intermediación laboral, preselección de candidaturas, cooperación y formación independientemente de sus circunstancias, con el objetivo de aumentar su empleabilidad y conseguir la inserción laboral de las personas beneficiarias.

El proyecto de Inclusión Socio Laboral es un proceso que busca integrar a personas en situación de vulnerabilidad al ámbito laboral, promoviendo su participación activa en la sociedad. Sin embargo, para lograr una inclusión plena y efectiva, es crucial abordar la salud mental y el bienestar en el trabajo. Los desafíos emocionales y psicológicos pueden afectar el rendimiento y la integración de cualquier trabajador, pero son particularmente críticos para aquellos provenientes de contextos de vulnerabilidad.

La salud mental es un aspecto fundamental del bienestar general de las personas y, por lo tanto, también influye en su desempeño laboral. La Organización Mundial de la Salud (OMS) define la salud mental como un estado de bienestar en el cual una persona es capaz de afrontar las tensiones normales de la vida, trabajar de forma productiva y contribuir a su comunidad. En el ámbito laboral, una buena salud mental permite a los empleados desempeñar sus funciones con efectividad, colaborar en equipo y adaptarse a los cambios.

Las personas en situación de vulnerabilidad, como aquellas con discapacidades, adultos mayores, migrantes o jóvenes en riesgo de exclusión, suelen enfrentar niveles elevados de estrés, discriminación y barreras para integrarse en el entorno laboral. Estos factores no solo afectan su desempeño, sino también su autoestima, su sentido de pertenencia y su calidad de vida. Por ello, abordar la salud mental y el bienestar emocional es esencial para garantizar que las personas puedan desarrollarse plenamente en el trabajo.

Desafíos de la Inclusión Laboral para la Salud Mental

Los desafíos relacionados con la salud mental y el bienestar en el trabajo son diversos. Para las personas en si-

Salud Mental y Bienestar en el Trabajo para el Proyecto de Inclusión Sociolaboral



tuación de vulnerabilidad, estos pueden incluir:

1. Estrés y Ansiedad: La incertidumbre laboral, el temor al rechazo o al fracaso, y la falta de estabilidad económica pueden generar altos niveles de estrés y ansiedad. Estos sentimientos, si no se gestionan adecuadamente, pueden traducirse en ausentismo, baja productividad y problemas de salud a largo plazo.

2. Discriminación y Estigmatización: A menudo, las personas vulnerables enfrentan estereotipos y prejuicios que limitan su integración. La discriminación laboral puede llevar a la exclusión, al aislamiento y a sentimientos de inferioridad, afectando gravemente la salud mental.

3. Falta de Apoyo Psicológico: En muchos entornos laborales, los recursos para atender la salud mental son limitados o inexistentes, lo que deja a los empleados sin el apoyo necesario para gestionar sus emociones y dificultades.

4. Desequilibrio Trabajo-Vida: En algunos casos, la presión laboral pue-

de afectar la vida personal, generando un desequilibrio que repercute en el bienestar emocional. Este desequilibrio es especialmente perjudicial para personas que, además de sus desafíos laborales, enfrentan situaciones difíciles en sus entornos familiares o comunitarios.

Beneficios de Promover la Salud Mental en la Inclusión Sociolaboral

Promover la salud mental y el bienestar en el trabajo trae numerosos beneficios tanto para los empleados como para las empresas. Algunos de estos beneficios incluyen:

- **Mayor Productividad:** Los empleados que se sienten apoyados y valorados tienen un mayor rendimiento y contribuyen más al éxito de la empresa.

- **Reducción de Ausentismo:** Un entorno laboral positivo reduce el estrés y, por ende, la necesidad de ausencias por problemas de salud.

- **Mejor Clima Laboral:** Un lugar de trabajo que promueve la inclusión y la salud mental crea un ambiente en el que los empleados se sienten cómodos y motivados.

- **Retención de Talento:** Las políticas de bienestar aumentan la satisfacción laboral, lo que reduce la rotación de personal y permite a la empresa retener a sus trabajadores más comprometidos.

La salud mental y el bienestar en el trabajo son componentes esenciales para el éxito de los proyectos de inclusión sociolaboral. La creación de un entorno de apoyo y respeto permite que las personas en situación de vulnerabilidad puedan desarrollarse profesional y personalmente, y contribuyan al crecimiento de la organización. Incorporar estrategias de salud mental en los programas de inclusión no solo es una muestra de compromiso social, sino que también mejora el rendimiento y la cohesión en el equipo de trabajo, beneficiando a toda la organización y a la sociedad en general.

Para más información o para colaborar con el proyecto, las personas interesadas pueden contactar a través de los correos electrónicos sil.empresas@oretaniaciudadreal.es y sil.usuarios@oretaniaciudadreal.es, o bien llamar a los teléfonos 673 59 81 14 y 691 36 12 43.

Oretania Ciudad Real ha impulsado la inclusión y la empleabilidad con sus proyectos para personas con discapacidad y dependencia en 2024

CLM Activa

Durante el año 2024, la entidad Oretania Ciudad Real ha desarrollado diversos proyectos dirigidos a personas con discapacidad y dependencia en la provincia de Ciudad Real. Estas iniciativas, diseñadas para atender las necesidades reales del colectivo, no solo han mejorado la calidad de vida de los beneficiarios, sino que también han generado empleo, permitiendo la contratación de ocho personas durante un periodo de seis meses.

Este ambicioso plan ha sido posible gracias al respaldo económico de la Junta de Comunidades de Castilla-La Mancha, en el marco de la convocatoria aprobada por la Resolución de 27/12/2023 de la Dirección General de Empleo. Esta convocatoria tiene como objetivo fomentar la contratación de personas desempleadas y en riesgo de exclusión social a través de subvenciones a entidades sin ánimo de lucro.

Además, la Diputación Provincial de Ciudad Real ha contribuido con la financiación de los seguros sociales de los trabajadores contratados, consolidando el carácter inclusivo y solidario de estos proyectos.

Proyectos que transforman vidas

Los programas ejecutados por Oretania Ciudad Real han sido variados y específicos, diseñados para cubrir diferentes áreas de necesidad en localidades de la provincia. Entre los más destacados se encuentran:

- **Apoyo en actividades de la vida diaria para personas con dependencia y discapacidad:**

Este proyecto permitió contratar a tres personas, dos de ellas en Daimiel y una en Ciudad Real, quienes brindaron soporte directo a los beneficiarios. Su labor facilitó la participación en actividades de ocio y otros ámbitos que, de otro modo, habrían sido inaccesibles para estas personas, incrementando significativamente su calidad de vida.

- **Atención a la diversidad:**

En Terrinches, se llevó a cabo un proyecto centrado en la formación y acom-



pañamiento de personas sin competencias digitales. Los beneficiarios recibieron apoyo para manejar dispositivos electrónicos y realizar trámites administrativos necesarios para su día a día, promoviendo su autonomía y participación en la sociedad.

- **Apoyo en el traslado de personas con movilidad reducida:**

En Daimiel, se contrató a un conductor especializado para operar un vehículo adaptado. Este servicio garantizó el transporte seguro y accesible de personas con movilidad reducida y usuarias de sillas de ruedas, facilitando su acceso a actividades esenciales y de ocio.

- **Atención directa a personas con discapacidad en situación de desempleo:**

Este proyecto, desarrollado en Ciudad Real y Daimiel, contó con tres trabajadores dedicados a reforzar el servicio de intermediación laboral de Oretania. Este servicio, que gestiona una alta demanda, ha sido clave para promover la empleabilidad de personas con



discapacidad, conectándose con oportunidades laborales en empresas de la provincia.

El servicio de intermediación laboral gestionado por Oretania Ciudad Real se ha consolidado como uno de los principales referentes en la provincia para la contratación de personas con discapacidad. Su labor no solo beneficia a quienes buscan empleo, sino también a las empresas que apuestan por la inclusión y la diversidad en sus equipos.

El impacto de los proyectos de Oretania Ciudad Real durante 2024

evidencia el poder transformador de la colaboración entre entidades públicas, privadas y sociales. Gracias al esfuerzo conjunto de la Junta de Comunidades de Castilla-La Mancha y la Diputación Provincial, se ha logrado avanzar hacia una sociedad más justa e inclusiva.

Para conocer más sobre las iniciativas de Oretania Ciudad Real, se invita a visitar sus canales oficiales y seguir apoyando su labor en pro de la igualdad de oportunidades. <https://oretaniaciudadreal.es/>

Día Internacional de las Personas con Discapacidad: Incluir es Empoderar, Celebrar es Avanzar

CLM Activa / Ciudad Real

En el Día Internacional de las Personas con Discapacidad, desde **Castilla-La Mancha Activa**, queremos reafirmar nuestro compromiso con la inclusión, la igualdad y el empoderamiento de las personas con discapacidad. Esta jornada nos invita a reflexionar sobre los avances logrados y, sobre todo, los desafíos que aún debemos superar para construir una sociedad más justa, igualitaria y accesible.

Un Proyecto para el Cambio Colectivo

A través de nuestro **Proyecto de Dinamización Asociativa**, coordinamos y fortalecemos los esfuerzos del tejido asociativo en Castilla-La Mancha. Nuestra misión es clara: impulsar la participación y el compromiso colectivo para garantizar que cada persona, independientemente de sus capacidades, tenga acceso pleno a sus derechos y oportunidades.

En palabras de nuestro lema, "**Incluir es empoderar, celebrar es avanzar**", recordamos que cada gesto cuenta para transformar realidades.

Demandas Clave para una Sociedad Inclusiva

El camino hacia la justicia social exige acciones concretas y sostenidas. Por ello, desde Castilla-La Mancha Activa, hacemos un llamamiento a todos los sectores de la sociedad para avanzar en los siguientes pilares:

1. Educación Inclusiva

La educación es el motor del cambio social. Promover entornos educativos accesibles y adaptados permite a las per-

sonas con discapacidad desarrollar sus habilidades, potenciando su autonomía y participación activa en la sociedad.

2. Accesibilidad Universal

Los espacios públicos accesibles no son un privilegio, sino un derecho. Desde rampas hasta señalización inclusiva, garantizar entornos accesibles es esencial para una participación plena y equitativa.

3. Igualdad Laboral

El empleo no solo es una fuente de ingresos, sino también una herramienta de empoderamiento personal y social. Instamos a romper las barreras que aún persisten en el ámbito laboral, fomentando la contratación en entornos accesibles y respetuosos.

4. Concienciación y Empatía

El cambio comienza en la mentalidad colectiva. Educar sobre la discapacidad y promover el respeto son acciones fundamentales para erradicar prejuicios y construir un entorno inclusivo.

5. Derechos y Autonomía

Las personas con discapacidad deben poder ejercer plenamente sus derechos, desde la movilidad hasta la toma de decisiones. Garantizar su autonomía es esencial para que vivan con dignidad.

La Fuerza del Tejido Asociativo

En Castilla-La Mancha, contamos con una rica red de asociaciones que trabajan incansablemente para apoyar a las personas con discapacidad. Desde servicios de rehabilitación hasta actividades de ocio y divulgación, estas organizaciones son la base de nuestra labor. **Castilla-La Mancha Activa** se enorgullece de ser un puente que dinamiza y coordina estos esfuerzos.



Un Llamado a la Acción

En este día especial, invitamos a todos —ciudadanos, instituciones y empresas— a unirse a nuestra causa. Cada acción, por pequeña que parezca, suma para construir una sociedad inclusiva. Desde el lenguaje que utilizamos hasta las políticas públicas que promovemos, todos podemos contribuir al cambio.

Por una sociedad justa e inclusiva, trabajemos juntos. Cada paso hacia la inclusión es un paso hacia

una sociedad más empoderada, solidaria y equitativa.

Para más información y contacto, estaremos encantados de atenderte si llamas al +34 621 05 95 93 o envías un email a dinamizacion@castillalamanchaactiva.es

Hoy, celebramos la diversidad, pero también recordamos que todavía hay mucho por hacer. **Por una sociedad donde todos tengamos las mismas oportunidades. ¡Sigamos avanzando juntos!**

PROGRAMA DE OCIO Y PARTICIPACIÓN INCLUSIVA 2024

Más información y contacto en:
 ocio.oretaniacr@gmail.com


 Castilla-La Mancha


 ORETANIA
 CIUDAD REAL

Oretania Ciudad Real: Balance Positivo del Proyecto de Empleabilidad 2024

CLM Activa

Oretania Ciudad Real ha presentado un balance positivo del *Programa de apoyo a la empleabilidad, información y asesoramiento para personas con discapacidad en Ciudad Real 2024*. Este proyecto, desarrollado a lo largo del año con el respaldo de la Junta de Comunidades de Castilla-La Mancha y la Consejería de Bienestar Social, ha sido fundamental para fortalecer las oportunidades laborales del colectivo de personas con discapacidad en la provincia.

El programa ha centrado sus esfuerzos en proporcionar información, asesoramiento y formación para incrementar la empleabilidad de sus beneficiarios. Se han implementado estrategias que refuerzan competencias transversales e instrumentales clave para el acceso al mercado laboral. La metodología empleada, basada en la participación activa y una planificación centrada en la persona, ha permitido a los participantes sentirse parte esencial del proceso. Esto ha implicado la atención personalizada a sus necesidades, la orientación laboral adaptada y el diseño de opciones profesionales alineadas con sus perfiles y aspiraciones.

Durante 2024, el programa ha atendido a 40 personas, de las cuales 15 fueron mujeres y 25 hombres. Este impacto cuantitativo subraya el éxito en el cumplimiento de los objetivos establecidos, garantizando que los participantes accedan a herramientas efectivas para mejorar su situación laboral.

El proyecto también ha identificado importantes desafíos. Entre ellos, destaca la falta de conocimiento sobre re-



Este proyecto, desarrollado a lo largo del año con el respaldo de la Junta de Comunidades de Castilla-La Mancha y la Consejería de Bienestar Social, ha sido fundamental para fortalecer las oportunidades laborales del colectivo de personas con discapacidad en la provincia.

curso disponibles en la provincia y las limitaciones en el manejo de herramientas digitales esenciales para una búsqueda de empleo moderna y eficaz. Estas carencias han motivado la necesidad de mantener iniciativas como este programa, que sigue evolucionando para abordar estas brechas y apoyar

a las personas con discapacidad en su integración laboral.

Oretania Ciudad Real reafirma su compromiso con la empleabilidad del colectivo, considerando este programa como una pieza clave para fomentar la inclusión laboral en Castilla-La Mancha. La asociación prevé dar continuidad a este re-

curso, cuyo impacto se traduce no solo en la mejora de las condiciones laborales de sus beneficiarios, sino también en un paso hacia una sociedad más inclusiva.

Para más información sobre los servicios y programas de Oretania Ciudad Real, visita su página web oficial: <https://oretaniaciudadreal.es/>



¿QUIERES TENER TU PROPIO PODCAST?

¡En CLM ACTIVA lo hacemos realidad!

WWW.CASTILLALAMANCHAATIVA.ES

Disponible en: Spotify e Ivoox 





Gran éxito de recogida de material ortoprotésico de la campaña solidaria liderada por FEDAES

CLM Activa / Ciudad Real

La Federación de Ataxias de España (FEDAES), en colaboración con el Ayuntamiento de Ciudad Real y el Patronato Municipal de Personas con Discapacidad, ha concluido con gran éxito su reciente campaña solidaria destinada a apoyar a las personas afectadas por la DANA que golpeó severamente a la Comunidad Valenciana.

La iniciativa fue presentada oficialmente el pasado 19 de noviembre en una rueda de prensa celebrada en el Ayuntamiento de Ciudad Real. En el acto participaron Javier Eraldo Romano, tesorero de FEDAES; Aurora Galisteo, concejala de Servicios Sociales; y María José García-Cervigón, coordinadora del Patronato Municipal de Personas con Discapacidad. La presentación también contó con la cobertura de diversos medios de comunicación locales, que contribuyeron a amplificar el alcance de la iniciativa.

Entre el 20 y el 26 de noviembre, se habilitó un punto de recogida de material ortoprotésico en el Centro Nieves Adán (antiguo Centro Verde) de Ciudad Real. Durante esta semana, ciudadanos y entidades de toda la región se movilizaron para aportar su granito de arena, demostrando un fuerte compromiso con la causa.

Un momento clave de esta campaña tuvo lugar el 23 de noviembre, cuando representantes de FEDAES se desplazaron a Fuensalida (Toledo) para recoger el material donado por la asociación "Desafío Inmortales". Esta colaboración reflejó la importancia de sumar esfuerzos entre diferentes entidades solidarias.

El 2 de diciembre, todo el material recaudado fue trasladado al centro logístico habilitado en las instalaciones de la Diputación de Ciudad Real, situadas en el recinto ferial. Este paso marcó la culminación de una intensa semana de trabajo conjunto entre el tejido asociativo de Ciudad Real, el Patronato Municipal de Personas con Discapacidad y una ciudadanía comprometida, superando ampliamente las expectativas iniciales.

La Diputación Provincial de Ciudad Real asumió la responsabilidad de almacenar el material y organizar su traslado a la Diputación de Valencia, que se encargará de distribuirlo entre las per-



sonas afectadas por la DANA en la Comunidad Valenciana.

FEDAES expresa su más profundo agradecimiento al Ayuntamiento de

Ciudad Real, a la Diputación Provincial de Ciudad Real, y a todas las personas y entidades que hicieron posible esta acción solidaria. Este logro conjunto su-

braya el poder de la solidaridad y el trabajo colectivo para ayudar a quienes más lo necesitan en momentos de dificultad.

Ciudad Real, epicentro de la investigación y la convivencia en las XXIII Jornadas Científicas sobre Ataxia

CLM Activa / Ciudad Real

Del 18 al 20 de octubre de 2024, el Hotel Doña Carlota en Ciudad Real fue el escenario de las XXIII Jornadas Científicas organizadas por FEDAES (Federación de Ataxias de España), consolidándose como un evento clave para el avance en el estudio y tratamiento de esta enfermedad neurodegenerativa. Reunió a destacados expertos, personas que presentan ataxia y sus familiares, en un encuentro que combinó ciencia, convivencia y reflexión.

El evento, declarado de interés sociosanitario por la Junta de Comunidades de Castilla-La Mancha, ofreció un completo programa de conferencias científicas, talleres prácticos y mesas redondas, destacando el papel de la investigación y la colaboración como pilares fundamentales para mejorar la calidad de vida de quienes conviven con esta enfermedad.

Una semana previa de intercambio y compañerismo

Antes del inicio de las jornadas, FEDAES organizó una semana de convivencia previa, con actividades diseñadas para fortalecer los lazos entre los participantes. Las visitas al Parque Nacional de Cabañeros, al parque temático Puy du Fou un recorrido teatralizado por Ciudad Real ofrecieron momentos de disfrute y conexión, subrayando la importancia del apoyo mutuo en la lucha contra la ataxia.

Destacados avances científicos en el programa

El programa oficial de las jornadas combinó ciencia y comunidad, abarcando desde talleres prácticos hasta debates sobre los últimos avances en diagnóstico y tratamiento:

- Viernes 18 de octubre:
 - Talleres prácticos sobre logopedia, salud mental y derechos laborales, impartidos por especialistas como Azucena Rodrigo y Ana Malara, ofrecieron herramientas útiles para las personas que presentan ataxia y sus familias.
 - Por la tarde, un emotivo homenaje a Salvador Hernández Arnau y su familia marcó un momento de recuerdo y agradeci-



miento, seguido de una cena de convivencia que fomentó la unión entre los asistentes.

- Sábado 19 de octubre:
 - La Mesa I destacó avances en el diagnóstico de la ataxia, incluyendo la aplicación de terapias genéticas para enfermedades neurodegenerativas, expuestas por Gonzalo Olmedo, y el análisis de mutaciones genéticas presentado por Víctor Volpini.
 - Las Mesas II y III exploraron nuevos tratamientos como la Omaveloxedona y el uso de tecnologías avanzadas para mejorar el diagnóstico clínico.
- Domingo 20 de octubre:
 - En la Mesa VI, las personas con ataxia y sus familias fueron las

protagonistas, compartiendo experiencias y abordando los desafíos emocionales y sociales que enfrentan. Este espacio subrayó el valor del apoyo comunitario en la mejora de la calidad de vida.

- El evento concluyó con un mensaje inspirador de la presidenta de FEDAES, Isabel Campos, quien destacó la necesidad de continuar invirtiendo en investigación y sensibilización para avanzar en la lucha contra esta enfermedad.

Un espacio para la comunidad y la ciencia

Las jornadas no sólo proporcionaron un escaparate para los últimos avances

científicos, sino que también fortalecieron la convivencia y el empoderamiento de las personas que presentan ataxia y sus familias. Este evento demostró que la colaboración entre especialistas, investigadores y afectados es esencial para enfrentar los desafíos de esta enfermedad y mejorar la vida de quienes la padecen.

Desde FEDAES, se hace un llamado a la sociedad para apoyar la investigación y la visibilización de la ataxia. La federación agradece profundamente la participación y el compromiso de todos los asistentes, cuya contribución ha hecho de las XXIII Jornadas Científicas un éxito rotundo.

Para conocer más sobre FEDAES y sus iniciativas, se puede visitar su página web: www.fedaes.org.

Inclusión, Dignidad y Oportunidades: Avances en Discapacidad para una Sociedad más Justa

3 DICIEMBRE DÍA MUNDIAL DE LAS PERSONAS CON DISCAPACIDAD



CLM Activa / CIUDAD REAL

En el marco del Día Internacional de las Personas con Discapacidad, celebrado cada 3 de diciembre, desde la Federación de Asociaciones de Personas con Discapacidad Oretania Ciudad Real, queremos conmemorar este día poniendo en valor los avances significativos que están transformando la vida de las personas con discapacidad. Este año, bajo el lema "Inclusión, Dignidad y Oportunidades", destacamos los logros alcanzados en diferentes ámbitos que marcan el camino hacia una sociedad más inclusiva y equitativa.

1. Tecnología de Asistencia: Innovaciones que Transforman Vidas

El desarrollo tecnológico ha revolucionado la forma en que las personas con discapacidad pueden participar plenamente en la sociedad. Avances como la Inteligencia Artificial (IA) están haciendo posible prótesis más avanzadas que mejoran la movilidad y la independencia. Estas prótesis, adaptadas a las necesidades específicas de cada usuario, están ofreciendo nuevas posibilidades de autonomía y dignidad.

Además, dispositivos como lectores de pantalla, asistentes de voz y sistemas de seguimiento ocular están facilitando una mayor accesibilidad en la vida diaria. Estas herramientas no solo son útiles, sino que están diseñadas con un enfoque inclusivo que pone en el centro a la persona.

2. Accesibilidad Digital: Puentes hacia la Inclusión

En un mundo cada vez más digital, la accesibilidad a internet y a las tecnologías de la información es esencial. Las empresas y los gobiernos han comenzado a adaptar sus plataformas digitales, ofreciendo soluciones como la subtítulos automática y la traducción en tiempo real a Lengua de Signos.

Estos avances no solo benefician a las personas con discapacidad auditiva, sino que también representan un paso hacia la eliminación de barreras comunicativas, fomentando una participación activa y digna en la sociedad.

3. Legislación y Políticas Públicas: Derechos Humanos en el Centro

La legislación sobre discapacidad está evolucionando hacia un enfoque basado en los Derechos Humanos, en línea con

la Convención de las Naciones Unidas sobre los Derechos de las Personas con Discapacidad. Este cambio de paradigma ha impulsado planes específicos para la inclusión laboral, promoviendo la contratación y el acceso al empleo digno para personas con discapacidad.

En nuestra provincia, iniciativas lideradas por la Diputación de Ciudad Real en colaboración con Oretania Ciudad Real están facilitando el acceso a recursos y programas de formación para garantizar que las personas con discapacidad puedan acceder a oportunidades laborales en igualdad de condiciones.

4. Salud y Rehabilitación: Nuevas Esperanzas

Los avances en medicina también están cambiando vidas. Las investigaciones en genética y medicina regenerativa están mejorando el tratamiento de discapacidades neuromusculares y sensoriales. Además, tecnologías como los exoesqueletos y las terapias robóticas permiten una rehabilitación más efectiva, dando lugar a una mejor calidad de vida y mayor autonomía para las personas con movilidad reducida.

Estos avances representan una revolución en el acceso a tratamientos per-

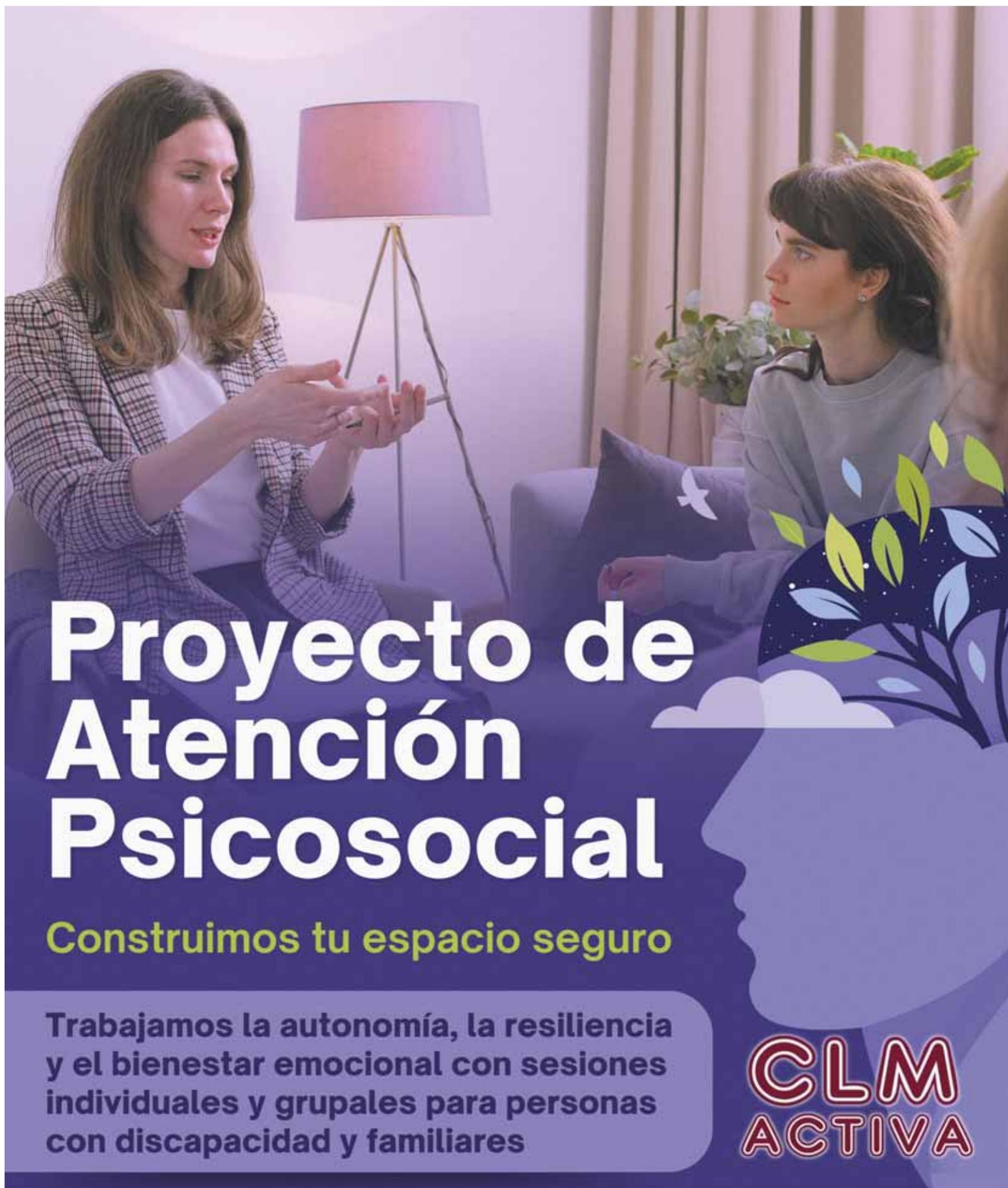
sonalizados, demostrando que la ciencia también está al servicio de la inclusión.

El Compromiso de Oretania Ciudad Real: Sembrando el Árbol de la Inclusión

Desde la Federación de Asociaciones de Personas con Discapacidad Oretania Ciudad Real, nos sentimos orgullosos de los pasos que hemos dado juntos como sociedad. La semilla que sembramos en favor de la inclusión, la justicia y la igualdad está empezando a dar frutos, y vemos cómo ese pequeño brote está creciendo hasta convertirse en un árbol que dará oxígeno a una sociedad más libre, inclusiva y llena de vida.

Agradecemos a todas las personas, instituciones y colectivos que han formado parte de este camino. Porque, aunque hemos avanzado mucho, sabemos que queda trabajo por hacer. En este 3 de diciembre, renovamos nuestro compromiso para seguir luchando por un futuro donde cada persona, sin importar sus capacidades, tenga garantizada su dignidad, sus derechos y sus oportunidades.

Juntos, seguimos construyendo una sociedad más justa, igualitaria e inclusiva.



Proyecto de Atención Psicosocial

Construimos tu espacio seguro

Trabajamos la autonomía, la resiliencia y el bienestar emocional con sesiones individuales y grupales para personas con discapacidad y familiares

**CLM
ACTIVA**

Más información y consulta para citas:
castillalamanchaactiva.es

 **+34 691 36 12 46**

Con el apoyo de:

Convocatoria Jóvenes y Cercanas

 **CaixaBank**

**fundación
montemadrid**



Éxito Rotundo de la Exposición 'Más allá del Ocio': Reflexión y Conciencia sobre el Derecho al Ocio Inclusivo

CLM Activa

La exposición fotográfica 'Más allá del Ocio', organizada por la Federación de Asociaciones de Personas con Discapacidad Oretania Ciudad Real, ha concluido con un éxito abrumador, dejando una huella profunda en la ciudadanía que tuvo la oportunidad de visitarla. Esta muestra, parte del Proyecto "Inclusión Social", financiado por la Concejalía de Asuntos Sociales del Ayuntamiento de Ciudad Real, ha conseguido sensibilizar y poner en valor la importancia del ocio inclusivo como un derecho fundamental.

Desde Oretania Ciudad Real, queremos expresar nuestro enorme agradecimiento y orgullo por la gran acogida que ha tenido esta iniciativa. La afluencia de público superó todas nuestras expectativas, lo que refleja un creciente interés y compromiso por parte de la sociedad hacia la inclusión y la accesibilidad en todos los ámbitos.

Un recorrido por el ocio como herramienta de inclusión

Inaugurada el pasado 19 de noviembre en el Museo de la Merced de Ciudad Real, la exposición presentó 20 impactantes imágenes que ilustran cómo el ocio inclusivo puede ser una herramienta poderosa para el desarrollo personal, la integración social y la mejora de la calidad de vida. Las fotografías invitaron a reflexionar sobre la necesidad de garantizar que todas las personas puedan disfrutar de este derecho en condiciones de igualdad.

El acto contó con la asistencia de representantes institucionales, entre ellos el alcalde de Ciudad Real, Francisco Cañizares, y la concejal de Bienestar Social, Aurora Galisteo, junto con el delegado provincial de Educación, Cultura y Deportes, José Caro, y otros representantes institucionales como las diputadas provinciales Esther Mora y Begoña Martín.

Dos ubicaciones estratégicas, una misión cumplida

Tras su paso por el Museo de la Merced del 19 al 24 de noviembre, la exposición se trasladó al Hospital General de Ciudad Real, donde permaneció del 29 de noviembre al 6 de diciembre. Estas ubicaciones estratégicas, cedidas por la Junta de Comunidades de Castilla-La Mancha (JCCM), permitieron que un



público diverso pudiera disfrutar de la muestra, generando un espacio de reflexión y diálogo en torno a la inclusión.

Un agradecimiento especial y un llamado a seguir reflexionando

Desde Oretania Ciudad Real queremos agradecer profundamente a todas las personas que hicieron posible este éxito: a las instituciones públicas, a los me-

dios de comunicación que dieron visibilidad a la iniciativa, y, sobre todo, al público que se acercó a experimentar esta propuesta con mente abierta y compromiso social.

La excelente respuesta obtenida demuestra que la sociedad está cada vez más preparada para romper las barreras de la exclusión y construir, entre todos, un mundo más inclusivo y accesible.

Ocio para todos, sin barreras. Ese es nuestro objetivo y seguiremos trabajando para conseguirlo.

Para conocer más sobre nuestras actividades, proyectos y cómo colaborar, visita nuestra web en www.oretaniaciudadreal.es o síguenos en nuestras redes sociales. ¡Gracias por formar parte de este movimiento hacia un mundo sin muros!

CLM Activa

En La Confederación Castilla-La Mancha Activa, se trabaja incansablemente para construir una sociedad más justa e inclusiva, defendiendo los Derechos de las Personas con Discapacidad y fomentando su participación en todos los aspectos de la vida. Con una visión integradora y colaborativa, la entidad aglutina asociaciones representativas de este colectivo, creando una red sólida que impulsa el cambio social en la región.

Una de las principales misiones de Castilla-La Mancha Activa es ser la voz de las Personas con Discapacidad. A través de su emisora de radio, el periódico social que publica mensualmente, su página web y las redes sociales, La Confederación visibiliza las necesidades, los derechos y los logros conseguidos en el ámbito de la discapacidad.

Estas plataformas no solo sirven para informar, sino también para sensibilizar a la sociedad sobre las barreras que enfrentan las personas con discapacidad, subrayando su talento y contribución a la comunidad. La labor mediática de La Confederación se ha convertido en una herramienta fundamental para el cambio de actitudes y la promoción de una sociedad más empática y solidaria.

Castilla-La Mancha Activa no solo actúa como un altavoz para las personas con discapacidad, sino que también desempeña un papel esencial en el fortalecimiento de las asociaciones que forman parte de su red. La Confederación ofrece apoyo técnico, asesoramiento y recursos, facilitando el desarrollo de proyectos y servicios que impactan directamente en la calidad de vida de las Personas con Discapacidad en la región.

Gracias a este trabajo conjunto, las iniciativas de La Confederación llegan a áreas rurales y a colectivos especialmente vulnerables, multiplicando su alcance y efectividad. Este enfoque descentralizado garantiza que los beneficios de sus programas lleguen a todos los rincones de Castilla-La Mancha, promoviendo la equidad y la inclusión.

Otro de los pilares fundamentales de Castilla-La Mancha Activa es la sensibilización social. La Confederación lidera campañas y proyectos diseñados para derribar prejuicios y promover una visión inclusiva de la diversidad. Estas iniciativas no solo buscan eliminar las barreras físicas y sociales, sino también cambiar la percepción colectiva, demostrando que las Personas con Discapacidad son agentes activos y valiosos en la construcción de la sociedad.

Las acciones de sensibilización incluyen talleres, eventos, y colaboraciones con otras entidades, logrando un impacto duradero en la manera en que la sociedad comprende y aborda la discapacidad.

Castilla-La Mancha Activa fortalece su Compromiso con la Inclusión y los Derechos de las Personas con Discapacidad

“Juntos, podemos seguir construyendo una sociedad donde todas las personas, sin importar sus capacidades, tengan las mismas oportunidades para desarrollarse plenamente”



En Castilla La Mancha Activa, la inclusión y la justicia social no son sólo objetivos, sino compromisos diarios. La Confederación trabaja con el firme convencimiento de que el respeto, la igualdad y la solidaridad son valores esenciales para construir un futuro mejor.

Este compromiso se traduce en un esfuerzo constante por ofrecer herramientas y oportunidades a quienes en-

frentan desigualdades estructurales. Cada iniciativa, cada proyecto y cada acción de la confederación refuerzan la idea de que el cambio es posible cuando se sitúa a las personas en el centro, reconociendo su dignidad y derechos.

Desde La Confederación invitan a toda la sociedad a unirse a su misión de construir una Castilla-La Mancha más in-

clusiva y accesible. Las actividades y recursos de Castilla-La Mancha Activa están al alcance de todos, demostrando que el esfuerzo colectivo es la clave para superar las barreras y alcanzar la igualdad.

Para conocer más sobre el trabajo de La Confederación y las iniciativas que lidera, puedes visitar su página web: castillalamanchaactiva.es.

¿ERES UNA ASOCIACIÓN?
¡Difundimos tus proyectos!

REDESCLMACTIVA@GMAIL.COM
www.castillalamanchaactiva.es

DIPUTACION DE CIUDAD REAL
CLM ACTIVA

CLM ACTIVA

SOBRE NOSOTROS

Somos una Organización no Gubernamental, sin ánimo de lucro, conformada por entidades representativas de personas con discapacidad comprometida con la defensa de los colectivos vulnerabilizados, la reducción de las desigualdades, la mejora del bienestar y la preservación y respeto al medio que nos rodea.

NUESTROS SERVICIOS

Información y asesoramiento sobre los temas relacionados con la discapacidad.



Gratuito



Apoyo al tejido asociativo de Castilla La-Mancha.

Gratuito

Apoyo Técnico en la puesta en marcha de iniciativas sociales destinadas al colectivo de personas con discapacidad.



Gratuito



Apoyo en la difusión de las diferentes actividades del tejido asociativo.

Gratuito

VISITA NUESTRA SEDE

📍 Ctra. Toledo, 26, 13005 Ciudad Real. Hotel Cumbria. Oficina 403

PÁGINA WEB

🌐 www.castillalamanchaactiva.es

CONTACTO

✉ dinamizacion@castillalamanchaactiva.es

☎ 621 059 593





La Danza Inclusiva ilumina el Colegio Marianistas en una jornada por la inclusión

Oretania Ciudad Real

En el marco de la conmemoración del Día Internacional de las Personas con Discapacidad, CLM Activa, con el respaldo de Fundación La Caixa, organizó este lunes un emotivo espectáculo de danza inclusiva en el pabellón del colegio Nuestra Señora del Prado-Marianistas en Ciudad Real. Este evento, que reunió a centenares de escolares y autoridades locales, se erigió como un ejemplo vibrante de cómo el arte puede derribar barreras y fomentar una sociedad más inclusiva y diversa.

El acto contó con la presencia de destacadas autoridades, entre ellas Eloy Sánchez de la Nieta, presidente de CLM Activa; Aurora Galisteo, concejala de Servicios Sociales del Ayuntamiento de Ciudad Real y presidenta del Patronato Municipal de Personas con Discapacidad; César Jimeno López, responsable de Acción Social de CaixaBank en Castilla-La Mancha y Extremadura; Sara Martínez, portavoz del Grupo Municipal PSOE; y Guillermo

Mayo, responsable de deportes y actividades extracurriculares del Colegio Nuestra Señora del Prado-Marianistas.

En sus palabras de apertura, Sánchez de la Nieta destacó el impacto transformador de la danza inclusiva: "Este proyecto no solo busca promover la actividad física, sino también el bienestar emocional y la integración plena de las personas con discapacidad en nuestra sociedad. Hoy, damos un paso más hacia una Castilla-La Mancha más inclusiva."

La danza inclusiva no solo es una disciplina artística, sino una herramienta poderosa para mejorar la calidad de vida de las personas con discapacidad. Este proyecto intensivo ha demostrado cómo la música y el movimiento pueden promover el bienestar físico y emocional de los participantes.

Practicar baile inclusivo ofrece múltiples beneficios que impactan positivamente en la vida de las personas con discapacidad. Desde el punto de vista

físico, mejora la condición general del cuerpo al fortalecer la resistencia, incrementando la capacidad cardiovascular y la energía en las actividades cotidianas. También potencia la flexibilidad, ayudando a los músculos y articulaciones a mantenerse activos y funcionales, lo que puede ser especialmente beneficioso para personas con movilidad limitada. Además, incrementa la fuerza muscular, incluso en personas que utilizan sillas de ruedas, al implicar movimientos adaptados que estimulan diferentes grupos musculares. Fomenta también la coordinación y el equilibrio, habilidades esenciales no solo para la movilidad diaria, sino para prevenir caídas y facilitar una mayor independencia en la vida cotidiana.

En el ámbito emocional, la danza se convierte en un medio de expresión artística que permite liberar tensiones y explorar la creatividad. Proporciona un espacio seguro para desarrollar la autoestima, al mostrar que el cuerpo, con sus capacidades únicas, puede crear belleza y significado. Conectar con

la música durante la actividad genera estados de ánimo positivos, ayudando a combatir la ansiedad y el estrés, mientras refuerza un sentido de logro y propósito.

Desde una perspectiva social, el baile inclusivo es una poderosa herramienta para la integración. Promueve la creación de vínculos significativos al reunir a personas con y sin discapacidad en un espacio común, rompiendo barreras y fomentando relaciones personales basadas en el respeto mutuo y la empatía. Este tipo de actividades no solo normaliza la diversidad, sino que también fortalece la comunidad al unir a sus miembros en torno a objetivos compartidos, como la expresión artística y el disfrute del movimiento.

Aurora Galisteo, como representante del Ayuntamiento de Ciudad Real, destacó la relevancia de este tipo de iniciativas, resaltando su capacidad para unir arte, deporte e inclusión, al tiempo que fomentan una sociedad más igualitaria.



El evento también impactó positivamente en los escolares presentes, quienes tuvieron la oportunidad de valorar la diversidad y la creatividad como pilares esenciales de una comunidad inclusiva. Desde el colegio Nuestra Señora del Prado-Marianistas, Guillermo Mayo subrayó la importancia de estas actividades para educar en valores como el respeto y la empatía.

Este proyecto ha sido posible gracias a la Asociación de Baile Amanecer, a la Asociación Ciudad Accesible y la financiación de Fundación La Caixa, que con su compromiso con la inclusión social ha impulsado la realización de iniciativas como esta. César Jimeno López, de CaixaBank, expresó el interés de la entidad en seguir apoyando programas

que promuevan una sociedad más justa y equitativa.

A través de este proyecto de danza inclusiva, CLM Activa reafirma su compromiso de seguir trabajando por una Castilla-La Mancha donde todas las personas tengan oportunidades plenas para desarrollarse en todos los ámbitos de la vida.

Para más información sobre nuestras actividades y proyectos, visita nuestra página web www.castillalamanchaactiva.es o síguenos en redes sociales: @clmactiva.

Porque la inclusión no es solo un ideal, es un camino que construimos juntos, paso a paso y en este caso al ritmo de la música.

DISFRUTA DE TU REVISTA

Si quieres recibir la revista en **formato papel** por **25 € ejemplar**, marca la casilla de tu elección. Envíanos esta página por email a: oretaniadecultura@gmail.com, o por whatsapp al: **620 42 96 24**. Junto a tus datos fiscales y te mandaremos la factura para que puedas realizar el ingreso.

Publicadas año 2024:

- Oretania de Cultura nº 1
- Oretania de Cultura nº 2
- Oretania de Cultura nº 3

Pendientes año 2025:

- Oretania de Cultura nº 4
- Oretania de Cultura nº 5
- Oretania de Cultura nº 6
- Oretania de Cultura nº 7

compártela

SI QUIERES LA REVISTA COMPLETA EN FORMATO PDF PÍDELA GRATIS A: oretaniadecultura@gmail.com POR WHATSAPP AL: **620 42 96 24** O DESCÁRGALAS EN LOS SIGUIENTES QR:



"Un Mundo Sin Muros": Oretania Ciudad Real impulsa una campaña de sensibilización por la inclusión

CLM Activa

Oretania Ciudad Real, la Federación de Asociaciones de Personas con Discapacidad de la región, presenta la campaña de sensibilización "Un Mundo Sin Muros", una iniciativa que busca visibilizar las barreras que enfrentan las personas con discapacidad y promover la inclusión y la igualdad en todos los aspectos de la sociedad. Esta acción forma parte del proyecto "Inclusión Social para Personas con Discapacidad", financiado por la Concejalía de Asuntos Sociales del Ayuntamiento de Ciudad Real.

El eje central: el vídeo "Un Mundo Sin Muros"

El núcleo de la campaña es un vídeo impactante que invita a la reflexión y está disponible en el canal de YouTube de Oretania Ciudad Real. Este material audiovisual pone de relieve los desafíos cotidianos de las personas con discapacidad y plantea una pregunta crucial: "¿Serás un muro o una solución?".

En el vídeo, se refleja la realidad de las barreras visibles e invisibles a las que se enfrentan, como la falta de accesibilidad, la discriminación y el rechazo, destacando la necesidad de proporcionar herramientas que permitan la autonomía y el empoderamiento.

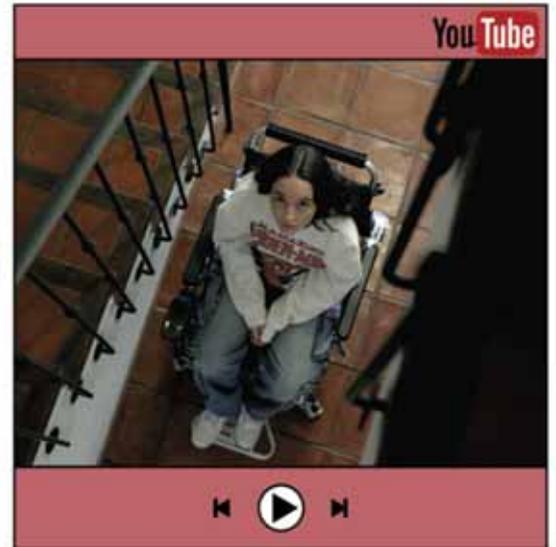
Una campaña multidimensional

Además del vídeo, la campaña incluyó una exposición fotográfica itinerante: "Más Allá del Ocio" que se mostró en tres ubicaciones de Ciudad Real. Cada ubicación acogió la exposición durante una semana, acercando el mensaje de inclusión a más personas en la comunidad local.

En paralelo, se ha diseñado una estrategia de difusión en redes sociales y medios de comunicación. Desde la sede de Oretania Ciudad Real, estas acciones permitirán alcanzar audiencias a nivel nacional e internacional, extendiendo el mensaje de igualdad y visibilidad a públicos diversos, incluso fuera del ámbito local.

Un evento accesible para todas las capacidades

La campaña culmina con una gala inclusiva celebrada en Ciudad Real capital, en una ubicación diseñada para garan-



tizar la accesibilidad y adaptabilidad para todas las personas, independientemente de sus capacidades, el Teatro Quijano.

El impacto social de la campaña

Las personas con discapacidad enfrentan barreras significativas para su plena participación en la sociedad, que van desde la discriminación hasta la falta de oportunidades y servicios accesibles. Además, suelen estar invisibilizadas en los medios de comunicación y la publicidad. A través de estas acciones, Oretania Ciudad Real busca dar voz y reconocimiento a este colectivo como parte integral de la comunidad.

El objetivo es fomentar la empatía, la aceptación y la pertenencia, promo-

viendo un cambio de actitud en la sociedad hacia la diversidad y la inclusión. Las actividades desarrolladas pretenden generar un impacto positivo en la autoestima y el bienestar emocional de las personas con discapacidad y la comunidad en su conjunto.

La discapacidad, un factor de desigualdad

La campaña también resalta cómo la discapacidad a menudo genera desigualdad, dificultando la participación plena en la sociedad. Los datos muestran que las personas con discapacidad tienen mayores índices de desempleo y menos recursos económicos, una situación que se agrava especialmente en las mujeres con discapacidad.

Un llamado a la acción

Oretania Ciudad Real invita a toda la sociedad a formar parte de este movimiento. Puedes apoyar viendo y compartiendo el vídeo "Un Mundo Sin Muros" en YouTube: [Accede aquí](#). También te animamos a seguir nuestras redes sociales para conocer más sobre nuestras actividades y proyectos:

- Web: www.oretaniaciudadreal.es
- Facebook: Oretania Ciudad Real
- Instagram: @oretaniacr
- Twitter/X: @oretaniacr
- YouTube: Oretania Ciudad Real

Porque la inclusión no es solo un ideal, es una meta alcanzable cuando trabajamos juntos. ¿Y tú, también quieres un mundo sin muros?

★ **CASTILLALAMANCHAATIVA.ES** ★

CLM ACTIVA RADIO PROGRAMACIÓN

LUNES

10:00 Productividad en Equilibrio
12:30 Juventud Activa Saharaui
13:00 Lit And Big
17:00 Naturalmente Pod
18:30 Daytoday
19:00 Peppys Podcast
20:00 Aquellas Chicas del INEM
21:00 Real Hache
22:00 El Raccon del joc

MARTES

10:00 La Curva 08
12:30 Reflexiones de LIBERALMA
15:45 Al lío y a lo mío
17:00 A altas horas
18:45 Daytoday
19:00 Atrévete a pensar
20:00 Sinrazón aparente
21:00 Noticias positivas
22:00 No anónimos

MIÉRCOLES

10:45 La Barandilla
12:00 El Piscinazo
13:00 Te Cedo mi Asiento
16:00 Revolución del Placer
17:00 Entiende tu Salud
17:30 Nos tienen contentas
18:30 Daytoday
19:00 Mujeres con Historia
20:00 TecnoAp21
23:00 A micro descubierto

JUEVES

09:30 EGB FM
11:00 Activa 2030
12:30 Retrocedemos en el tiempo
15:00 Diverses y sexuales
16:30 Nuestro Recreo
17:00 Lo que me faltaba por ver
18:30 Daytoday
19:00 Escrito y dirigido
20:00 Tu rutina saludable
22:00 Retrocedemos en el tiempo
23:00 Sexo y lo que surja

VIERNES

10:00 Radio cine
11:00 Desarrolla-te ALMAN
12:30 Activa 2030
13:00 La Curva 08
15:30 El Escondite del Rock
17:00 Si rompe que rompa
18:30 Daytoday
19:00 Es Otro Nivel
20:00 La Furgo
22:00 No Anónimos
22:30 Turno de noche

SÁBADO

9:00 Noticias Positivas
10:00 Mujeres con Historia
11:00 Stereo Hits
13:00 Radio Cine
13:30 Marsodeto
14:00 Revolución del Placer
15:30 Reflexionesde LIBERALMA
16:00 La Barandilla
16:30 Desarrolla-te ALMAN
17:45 Webbtertainment
20:00 Essential deLuxe
00:00 La Hora Urbana

DOMINGO

00:00 La Hora Urbana
09:00 Noticias Positivas
10:30 Lit And Big
11:00 EGB FM
12:00 La Hora Urbana
13:00 Entiende tu salud
15:00 Los Hijos Malditos
17:30 Nuestro Recreo
19:00 Esto es Rock!
20:30 El Escondite del Rock
22:30 Turno de Noche



@CLM_ACTIVIA

@CLMACTIVA

@CLMACTIVA

@CLMACTIVA

**CLM
ACTIVA**